

TOCHTFICHE

HET
DAGBOEK
VAN
MARIA



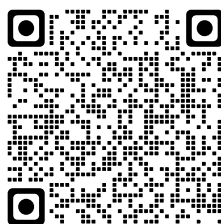


TOCHTFICHE

HET DAGBOEK VAN MARIA



MARIA ONTMOET ELISABET



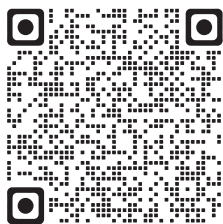
HET LUISTERVERHAAL 'MARIA HEEFT VERDRIET'

Luister naar het verhaal door op de
QR-code te klikken. Wanneer je deze
fiche afgedrukt hebt, scan je de QR-code.

OPDRACHT:

Het Magnificat, de
lofzang van Maria
(Lc 1, 46-55)

Luister even mee naar
het lied dat Maria zingt
door op de QR-code te
klikken. Wanneer je
deze fiche afgedrukt
hebt, scan je de
QR-code.



Ik vraag me af wat
Maria wil vertellen.

Ik vraag me af wat
Maria voelde bij het
zingen van dit lied.

Ik vraag me af of je dit
lied mooi vindt.

Vertel het aan elkaar.



MAGNIFICAT

Refrein:
Magnificat,
ik zing voor God.
Ik ben zo blij,
er groeit een kindje in mij.

Jouw kind hoort bij God,
zei de engel tot mij.
Dat is een groot wonder,
dat is heel, heel bijzonder.

Refrein

Dit kind zal laten zien
hoe God de wereld droomt.
Een plek waar wij zorgen
voor vrede nu en morgen.

Het toont Gods liefde
voor ons allemaal.
Met dit kind schrijft God
een nieuw verhaal.

Magnificat
Ik zing, ik straal.
Dit Godsgeschenk
is echt heel speciaal. (x 4)

*Tekst: Sylvie De Ruyck
Muziek: Jan Coeck
April 2025*

RAADSEL

Hebben jullie het lied samen beluisterd?
Dan heb je een woord verdiend!
O ja, daarvoor moet je eerst nog een
raadsel oplossen. Kies het raadsel dat
past bij jouw leeftijd en zoek het woord.

RAADSEL VOOR KINDEREN TOT 8 JAAR:

Kan jij met deze noten van het
loflied van Maria het juiste woord
vormen?



ONTHOUD DIT WOORD

*Houd dit woord goed bij. Je hebt het
aan het einde van de tocht nodig.*

RAADSEL VOOR KINDEREN VANAF 9 JAAR:

Kan jij met deze noten van het
loflied van Maria het juiste woord
vormen?

Let wel: enkel  draagt de juiste
letter, de letters van  zijn fout.

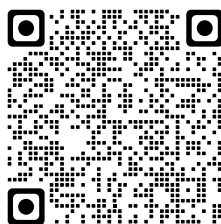


ONTHOUD DIT WOORD

*Houd dit woord goed bij. Je hebt het
aan het einde van de tocht nodig.*



MARIA VERTELT OVER DE KLEINE JEZUS



HET LUISTERVERHAAL 'MARIA VERTELT OVER DE KLEINE JEZUS'

Luister naar het verhaal door op de
QR-code te klikken. Wanneer je deze
fiche afgedrukt hebt, scan je de QR-code.

OPDRACHT

Maria verzamelt symbolen die haar herinneren aan mooie, warme gebeurtenissen die ze niet wil vergeten. Welke fijne gebeurtenis wil jij niet vergeten? Zoek een symbool in de natuur (bv. een bloem, een grassprietje, een steen, een takje, een veertje,...) dat jou aan dié gebeurtenis doet denken en die je voor altijd in je hart wilt bewaren. Vertel nadien aan elkaar welke mooie herinnering bij jouw symbool hoort.



RAADSEL

Fijn dat jullie al deze herinneringen koesteren!

O, dit heeft Maria nog niet verteld: in haar koffer zitten er ook nog letters verborgen. Tussen al deze letters zit er een woord verstopt. Kies het raadsel dat past bij jouw leeftijd en zoek het woord. Kan je het vinden?

RAADSEL VOOR KINDEREN TOT 8 JAAR:

Maria's koffer zit vol met letters. Twee letters komen tweemaal voor. Zoek deze letters. Gebruik elk van deze gevonden letters tweemaal en maak hiermee een woord van vier letters.



ONTHOUD DIT WOORD

*Houd dit woord goed bij.
Je hebt het aan het einde van de
tocht nodig.*

RAADSEL VOOR KINDEREN VANAF 9 JAAR

Maria's koffer zit vol met letters. Twee letters komen tweemaal voor. Zoek deze letters. Gebruik elk van deze gevonden letters tweemaal en maak hiermee een vierletterwoord.



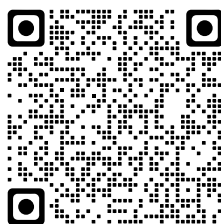
ONTHOUD DIT WOORD

*Houd dit woord goed bij.
Je hebt het aan het einde van de
tocht nodig.*



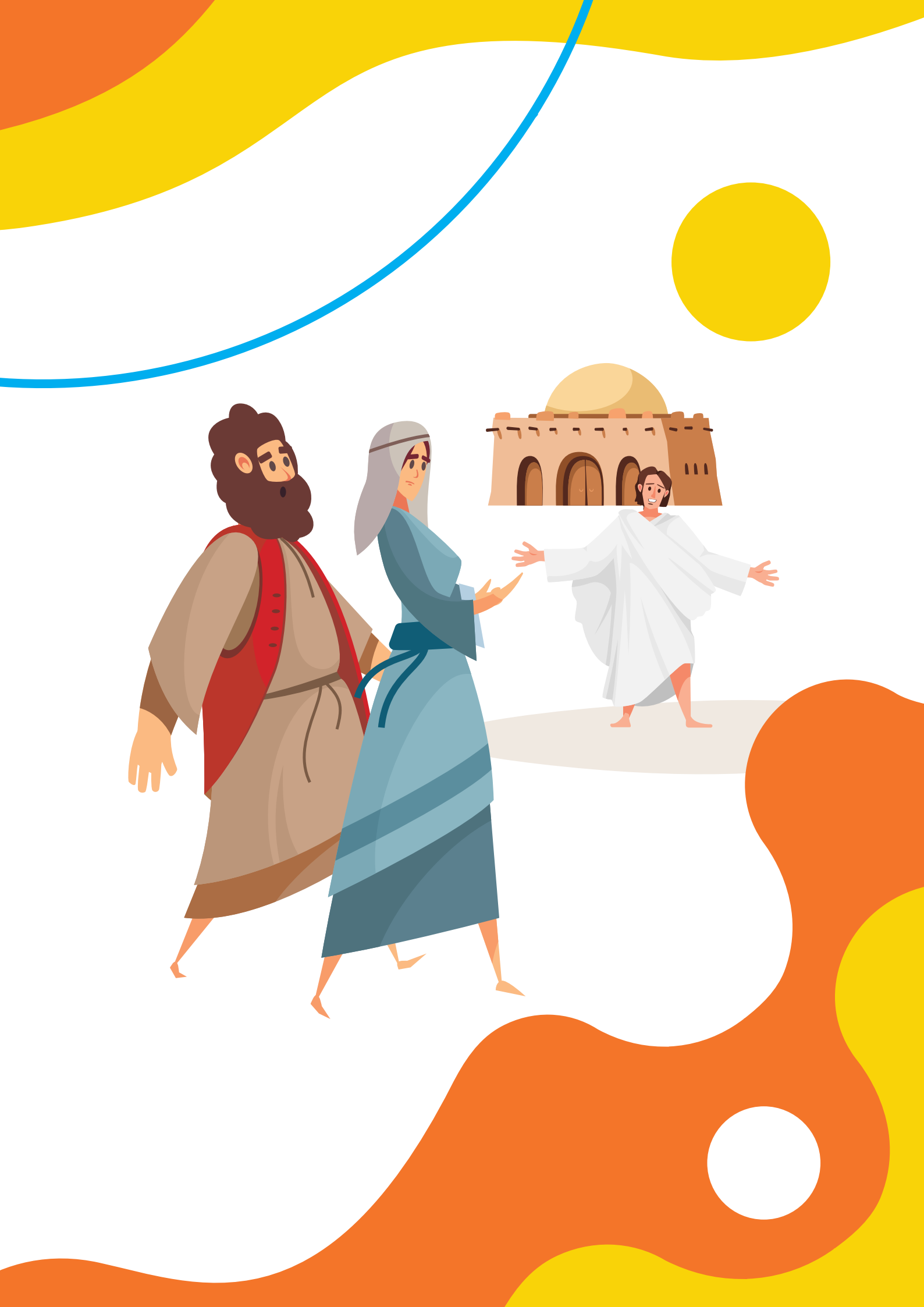


MARIA ZOEKT JEZUS



HET LUISTERVERHAAL 'MARIA ZOEKT JEZUS'

Luister naar het verhaal door op de
QR-code te klikken. Wanneer je deze
fiche afgedrukt hebt, scan je de QR-code.



OPDRACHT

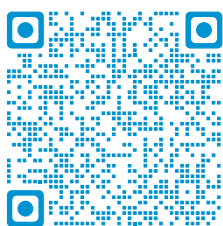
Ben jij ooit al iemand kwijt geweest? Een knuffel, een huisdier, een ouder, een broer, een zus, een kind? Hoe voelde je je toen?

Heb je elkaar teruggevonden?
Gaf je elkaar een
dikke knuffel?



OPDRACHT A: VOOR KINDEREN TOT 10 JAAR, SAMEN MET VOLWASSENEN

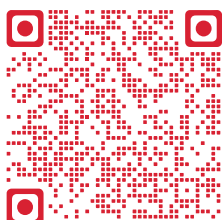
Soms zie je beelden van Maria met Jezus op haar schoot. Maria wil er iets meer over vertellen. Om goed te kunnen luisteren en goed te kunnen voelen, mogen de kinderen op de schoot van een volwassene of een oudere broer of zus gaan zitten. Zit je goed? Luister maar naar Maria door op de QR-code te klikken. Wanneer je deze fiche afgedrukt hebt, scan je de QR-code.



Ingesproken
opdracht A

OPDRACHT B: VOOR KINDEREN TOT 10 JAAR

Soms zie je beelden van Maria met Jezus op haar schoot. Maria wil er iets meer over vertellen. Om goed te kunnen luisteren en goed te kunnen voelen, mag je je pop op de schoot nemen. Zit je goed? Luister maar naar Maria door op de QR-code te klikken. Wanneer je deze fiche afgedrukt hebt, scan je de QR-code. Heb je geen pop bij je? Ga dan naar opdracht c.



Ingesproken
opdracht B

OPDRACHT C: VOOR KINDEREN TOT 10 JAAR

Net zoals in het verhaal van Jezus mogen jullie je verstoppen. Duid iemand aan die jullie moet komen zoeken.

Hoe vond je het om je te verstoppen? Was het leuk? Was het spannend? Was het saai?

Hoe vond je het om gevonden te worden? Vond je dat vervelend? Was je opgelucht?

Op welke momenten wil jij je het liefst verstoppen? Als je boos bent? Als iemand boos is op jou? Als je bang bent? Als je een taak moet doen die je niet leuk vindt? Als je stout bent geweest? Als ...?

Op welke momenten wil je graag gevonden en geknuffeld worden? Als je verdrietig bent? Als je bang bent? Als je boos bent? Als je je alleen voelt? Als...?

Vertel het aan elkaar.

OPDRACHT D: VOOR KINDEREN VANAF 10 JAAR, (SAMEN MET VOLWASSENEN)

Maria en Jozef waren Jezus letterlijk kwijtgeraakt. Ze zagen hem niet meer.

Soms raken we elkaar ook figuurlijk kwijt. We zien elkaar nog wel maar we voelen ons niet meer helemaal verbonden met elkaar. Dat klinkt misschien moeilijk, maar je maakte het vast al wel eens mee:

- Als een vriend of vriendin ineens 'anders' doet dan voorheen — minder begripvend of minder lief — dan ben je die een beetje 'kwijt'. Hij of zij is opeens niet meer helemaal jouw vriend(in).
- Je broer of zus heeft een lief en praat alleen nog maar over hem of haar. Je broer of zus is er nog wel, maar lijkt geen interesse meer in jou te hebben.
- Je vriend of vriendin raakt helemaal opgeslokt door een hobby. Omdat jijzelf niet dezelfde hobby hebt, raak je elkaar een beetje kwijt.
- Als iedereen in jouw gezin het heel druk heeft, dan kan je elkaar minder vertellen en dan raak je elkaar een beetje 'kwijt'.

Wie ben jij al eens (voor een tijdje) kwijtgeraakt? Vertel er iets over aan elkaar.

RAADSEL

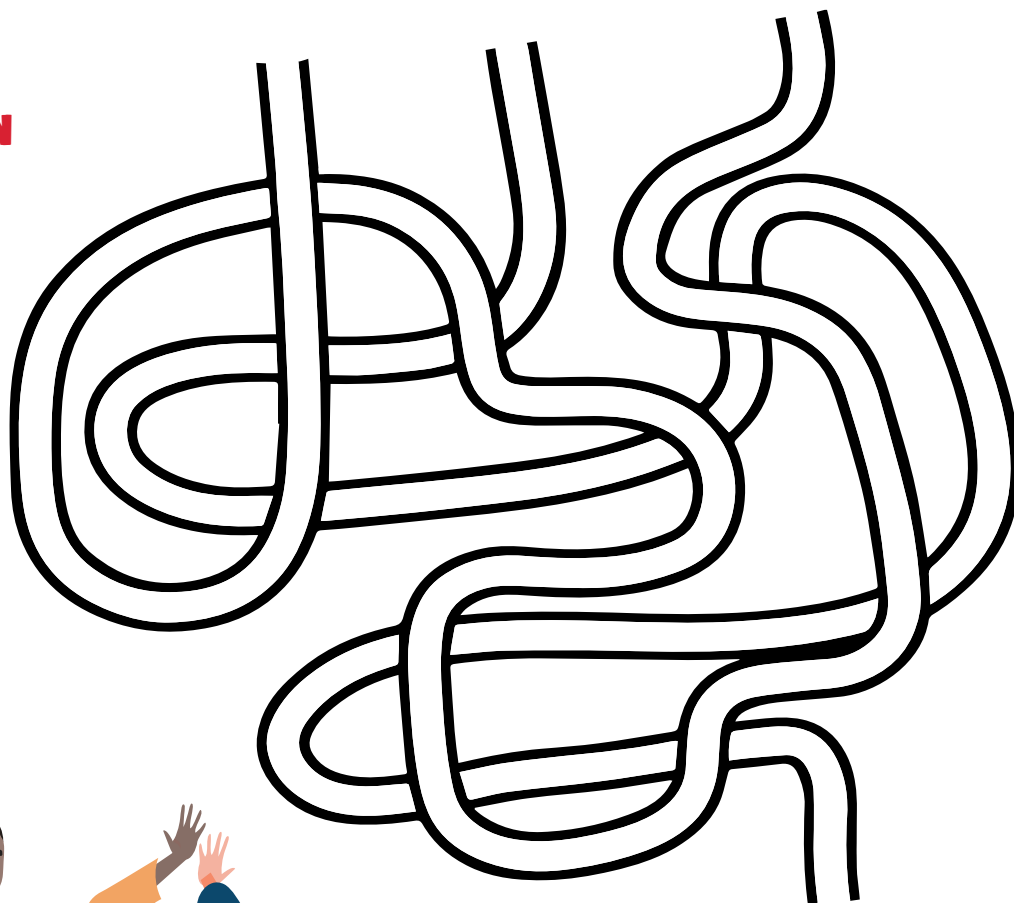
Nu heb je wel echt een woord verdiend. Daarvoor moet je nog even het doolhof in. Net zoals Maria, die drie dagen ronddoolde om Jezus terug te vinden. Welk woord kan je verbinden met Maria?

TEMPEL

JEZUS

KNUFFEL

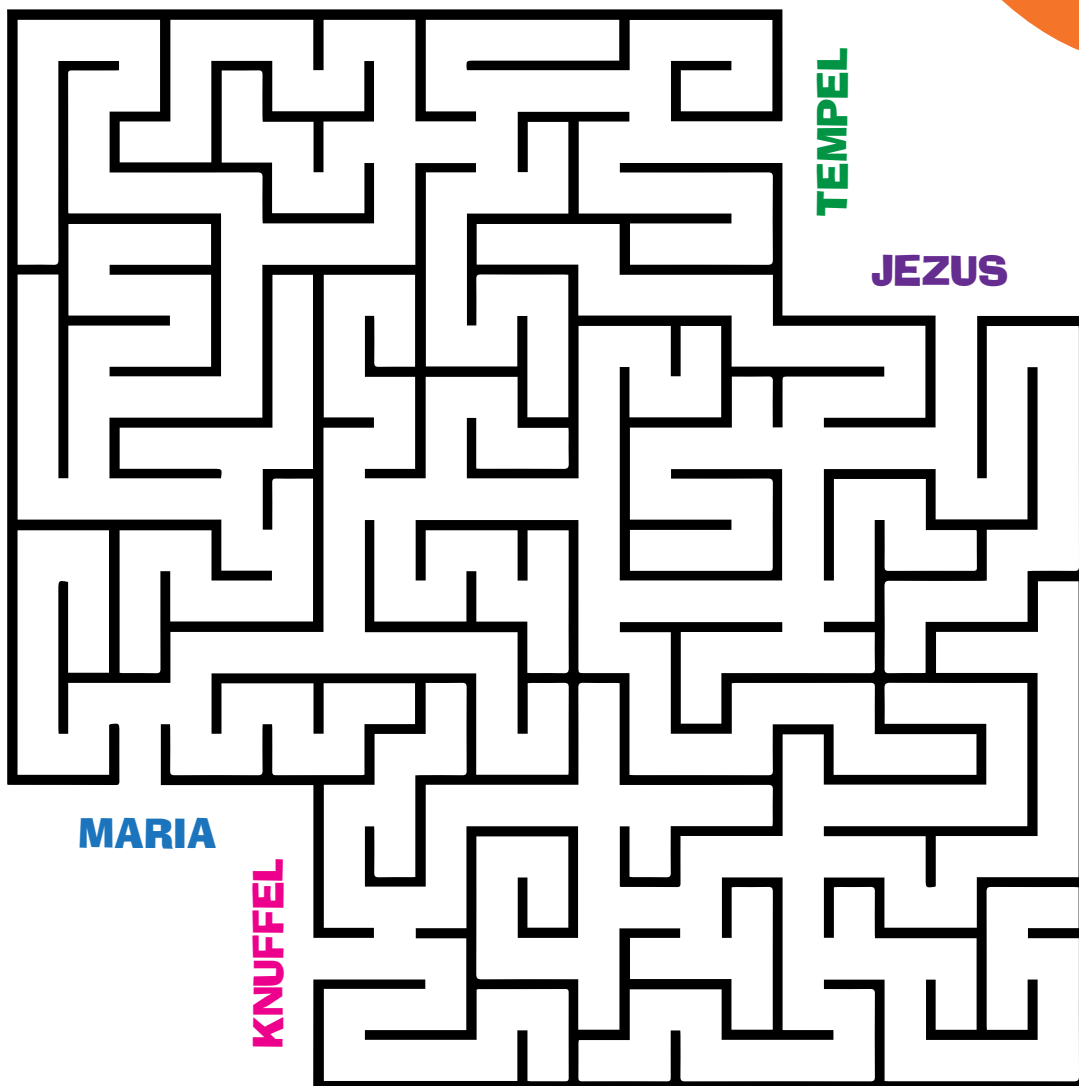
**RAADSEL
VOOR KINDEREN
TOT 8 JAAR:**



ONTHOUD DIT WOORD

*Houd dit woord goed bij.
Je hebt het aan het einde
van de tocht nodig.*

**RAADSEL VOOR KINDEREN
VANAF 9 JAAR:**

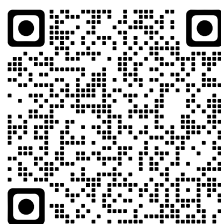


ONTHOUD DIT WOORD

*Houd dit woord goed bij.
Je hebt het aan het einde van de tocht nodig.*



MARIA ZIET JEZUS ROND- TREKKEN



HET LUISTERVERHAAL 'MARIA ZIET JEZUS ROND TREKKEN'

Luister naar het verhaal door op de
QR-code te klikken. Wanneer je deze
fiche afgedrukt hebt, scan je de QR-code.



OPDRACHT

Kies de opdracht die het beste bij jou past.



OPDRACHT A: VERDRIET EN ZORGEN AAN MARIA TOEVERTROUWEN

Zonet hoorde je het verhaal van Maria, de mama van Jezus. En wat heel speciaal is: zij wil ook de mama van ons allemaal zijn, een lieve mama aan wie je alles mag vertellen. Zo mag je haar vertellen wanneer je verdrietig bent, of wanneer je zorgen hebt.

Zo meteen gaan we dat op een speciale manier doen. Elk van jullie mag een ballon kiezen. Zowel de kinderen als de volwassenen mogen meedoen.

Daarna vragen we jou om te denken aan een groot verdriet of een klein verdrietje dat in jou zit en dat je aan Maria wilt vertellen. Of misschien ben je bezorgd over iets en wil je dat aan Maria toevertrouwen.

Blaas dat verdriet of die bezorgdheid in de ballon en voel hoe dat verdrietige of bezorgde gevoel jouw lichaam voor een stuk verlaat. Als de ballon vol zit met jouw verdriet of zorgen, dan mag je die dichtknopen en bij Maria gaan hangen.

Wat wij in de ballon hebben geblazen, vertelt zij niet verder, maar bewaart zij zorgvuldig in haar hart.

Blazen kan je ook in andere voorwerpen doen, zoals in kleine flesjes, een klein doosje dat je kan sluiten, een mooi zakje dat je kan dichtknopen, enz.

Als je geen materiaal bij hebt, kan je met je beide handen een gesloten kommetje maken. Blaas jouw verdriet of jouw bezorgdheid in het kommetje. Open daarna je handen en laat dat gevoel wegvliegen.

OPDRACHT B: GEVOELENS AAN MARIA TOEVERTROUWEN VIA FYSIEKE SYMBOLEN

Zonet hoorde je het verhaal van Maria, de mama van Jezus. En wat heel speciaal is: zij wil ook de mama van ons allemaal zijn, een lieve mama aan wie je alles mag vertellen. De dingen die wij haar vertellen, vertelt zij niet verder, maar bewaart zij in haar hart. Als je blij bent, is zij samen blij met jou. Als je verdrietig bent, wil ze jouw verdriet een beetje zachter maken. Als jij wilt dat er voor iemand gezorgd wordt, mag je dat aan haar vertellen.

Voel je je blij? Leg dan een bloem bij Maria. Zij zal jouw blijdschap delen.

Voel je je verdrietig of boos, alsof er een steen in jouw hoofd of buik zit? Leg dan een steen bij Maria. Zij zal die steen helpen dragen.

Wil je aan Maria vragen om voor iemand te zorgen? Leg dan een schelpje bij Maria.

Heb je geen materiaal bij je, zoek dan iets uit de natuur rondom de kapel dat voor jou blijheid, verdriet of zorg uitdrukt. Leg dat natuurelement bij Maria.

Wie wil, kan aansluitend samen
een Weesgegroet bidden:

Wees gegroet Maria,
vol van genade,
de Heer is met U.
Gezegend zijt gij
boven alle vrouwen
en gezegend is de vrucht
van uw lichaam, Jezus.
Heilige Maria, Moeder Gods,
bid voor ons, arme zondaars,
nu en in het uur van onze dood.
Amen.



RAADSEL

Heb je deze opdracht uitgevoerd?
Dan heb je een woord verdiend.

Tip: Om het woord te vinden, moet
je goed kijken in het hart van Maria.

RAADSEL VOOR KINDEREN TOT 8 JAAR:

Het hart van Maria kent allerlei gevoelens.
Hieronder staan de gevoelens die je kan
vinden in haar hart. Elk gevoel dat je hebt
gevonden, streep je door totdat je alle
gevoelens hebt gevonden. De letters die
je niet hebt doorgestreept, vormen het
woord waar je naar op zoek bent.

!
L B L I J U B A N G I T R O T S
S T V E R D R I E T I G
E D A N K B A A R T



ONTHOUD DIT WOORD

Houd dit woord goed bij. Je hebt het aan
het einde van de tocht nodig.

BLIJ
BANG
TROTS
VERDRIETIG
DANKBAAR

RAADSEL VOOR KINDEREN VANAF 9 JAAR:

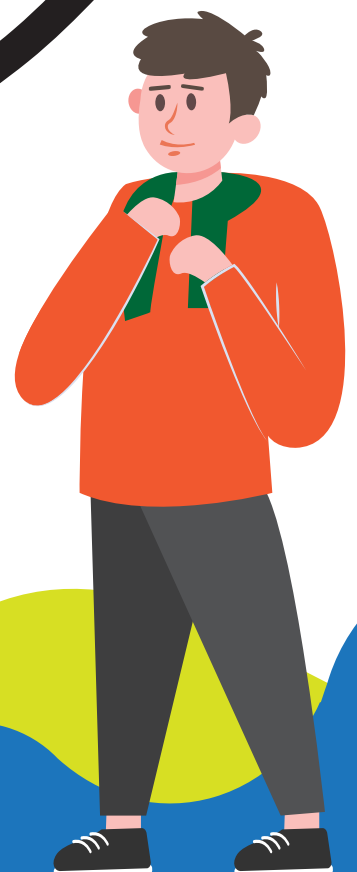
Het hart van Maria kent allerlei gevoelens. Hieronder staan de gevoelens die je kan vinden in haar hart. Elk gevoel dat je hebt gevonden, streep je door. Elke letter mag je maar 1 maal gebruiken, totdat je alle gevoelens hebt gevonden. De letters die je niet hebt doorgestreept, vormen het woord waar je naar op zoek bent.



BLIJ
BANG
TROTS
VERDRIETIG
DANKBAAR

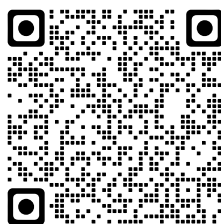
ONTHOUD DIT WOORD

*Houd dit woord goed bij.
Je hebt het aan het einde van de
tocht nodig.*





MARIA HEEFT VERDRIET



HET LUISTERVERHAAL 'MARIA HEEFT VERDRIET'

Luister naar het verhaal door op de
QR-code te klikken. Wanneer je deze
fiche afgedrukt hebt, scan je de QR-code.



OPDRACHT

Wist je dat er in de Bijbel heel wat verhalen zijn waarbij de mensen geurende olie of balsem gebruiken? Deze sterk geurende olie of zalf werd geperst uit de wortels en stelen van de nardusplant (een plant die groeit in het Himalayagebergte). Die olie werd in Israël ingevoerd in kostbare vaasjes die verzegeld waren om de geur te bewaren. Nardusolie werd verwerkt in dure parfums die gebruikt werden bij het balsemen van mensen die gestorven zijn en bij het zalven van een koning.

Het gebruik van deze olie had een speciale betekenis. Meer dan 2000 jaar geleden was het uitgieten van olie over iemands hoofd een manier om te laten zien en te laten ruiken dat iemand bij God hoort. Nardusolie werd ook gebruikt om haar bijzondere werking tussen mensen, want de olie versterkt de gevoelens van liefde en nabijheid. Iemand balsemen was dus ook een liefdevol teken.

Misschien ben jij zelf ook al gezalfd? Wie gedoopt of gevormd werd, werd gezalfd met chrisma. Dat is een mengsel van olijfolie en balsem. Je krijgt dan met chrisma een kruisje op je voorhoofd, om te laten zien en te laten ruiken dat God liefdevol en dicht bij jou wil zijn.

Voor deze opdracht heb jij ook zalf of bodymilk of olie meegebracht. Olie kan je gebruiken om elkaar te zegenen. Dat betekent dat je elkaar toewenst wat je voor elkaar droomt, wat je te boven gaat en waarin je toch wilt geloven. Je kan die zegen via Maria vragen aan God. God is heel dicht bij Maria en Maria is heel dicht bij God. Ze kan God vragen om ook dicht bij jou te zijn en voor je te zorgen.

Wanneer je iemand zegent, kies je daarvoor altijd zorgvuldig een stukje van iemands lichaam uit. Meestal vertel je er ook iets bij.

Zo kan je bijvoorbeeld vragen:

God,

Zegen onze handen, dat we ze durven uitsteken voor een dikke knuffel.

Zegen onze voeten, dat we samen goed kunnen wandelen.

Zegen onze oren, dat we kunnen genieten van de krekels en de vogels.

Zegen ons hoofd, dat we nieuwe ideeën krijgen als we ons even vervelen.

Vul jij aan? Doe bij elkaar een klein beetje balsem of olie of zalf op die plek van je lichaam die je wilt laten zegenen. Vertel ook waarom je voor dit plekje gekozen hebt. Zeg dan samen:

"God, zegen onze ..., dat"

Je zal die zegen de hele dag nog kunnen ruiken!

Heb je geen olie of balsem bij? Geef dan een kruisje of leg je hand op de gekozen plek. Je zal die zegen nog de hele dag kunnen voelen!







RAADSEL

RAADSEL VOOR KINDEREN TOT 8 JAAR:

In deze albasten vaasjes met nardusolie
zitten lettergrepen verstopt. Vorm hiermee
het woord dat we zoeken.

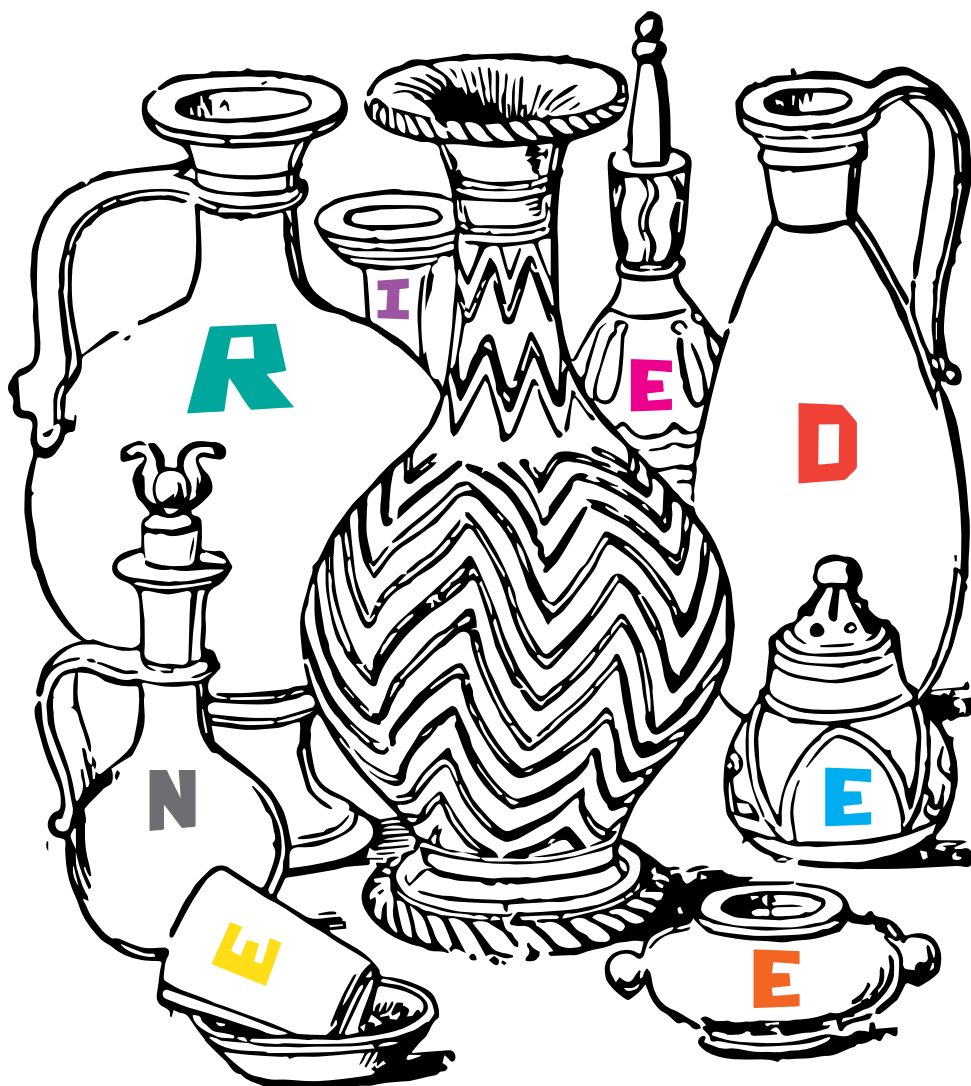


ONTHOUD DIT WOORD

Houd dit woord goed bij. Je hebt het aan
het einde van de tocht nodig.

RAADSEL VOOR KINDEREN VANAF 9 JAAR:

In deze albasten vaasjes met nardusolie
zitten letters verstopt. Vorm hiermee het
woord dat we zoeken.



ONTHOUD DIT WOORD

Houd dit woord goed bij. Je hebt het aan
het einde van de tocht nodig.



STUUR ONS DE ZIN

HEB JE ALLE WOORDEN GEVONDEN?
KNAPPERD! PLAATS NU DE GEVONDEN
WOORDEN IN DEZE ZIN:

“(woord 1) is de (woord 2) van (woord 3). Je mag alles aan haar vertellen. Ze (woord 4) naar (woord 5).”

Stuur deze zin naar Maria via
mariadagboek@gmail.com, samen met een
antwoord op de volgende vraag:

Je leerde Maria tijdens de tocht wat beter kennen. Misschien vind je haar lief, of stoer, of zacht, of sterk, of ... Doorheen de geschiedenis probeerden mensen haar af te beelden. Wellicht zag je dat ook onderweg in een of meerdere Mariabeelden in een Mariakapel. Hoe zou jij Maria uitbeelden?

Maak een selfie waarin jij met jouw lichaam uitbeeldt wie Maria voor jou is. Stuur deze foto met een beetje uitleg naar mariadagboek@gmail.com en je krijgt een bijzonder antwoord van Maria. Indien je niet graag een foto stuurt, mag je jouw Mariahouding ook beschrijven.

'Het dagboek van Maria' is een initiatief van de
Interdiocesane Dienst voor Gezinspastoraal vzw (IDGP)
en van Christelijke Cultuur Vandaag vzw (CCV).



**Vlaamse
overheid**

<https://dagboekvanmaria.graagsamen.be>
www.vertelkapel.be